

婦科核心課程

排卵期出血之中醫診治

彰化基督教醫院 中醫部
陳文娟 醫師

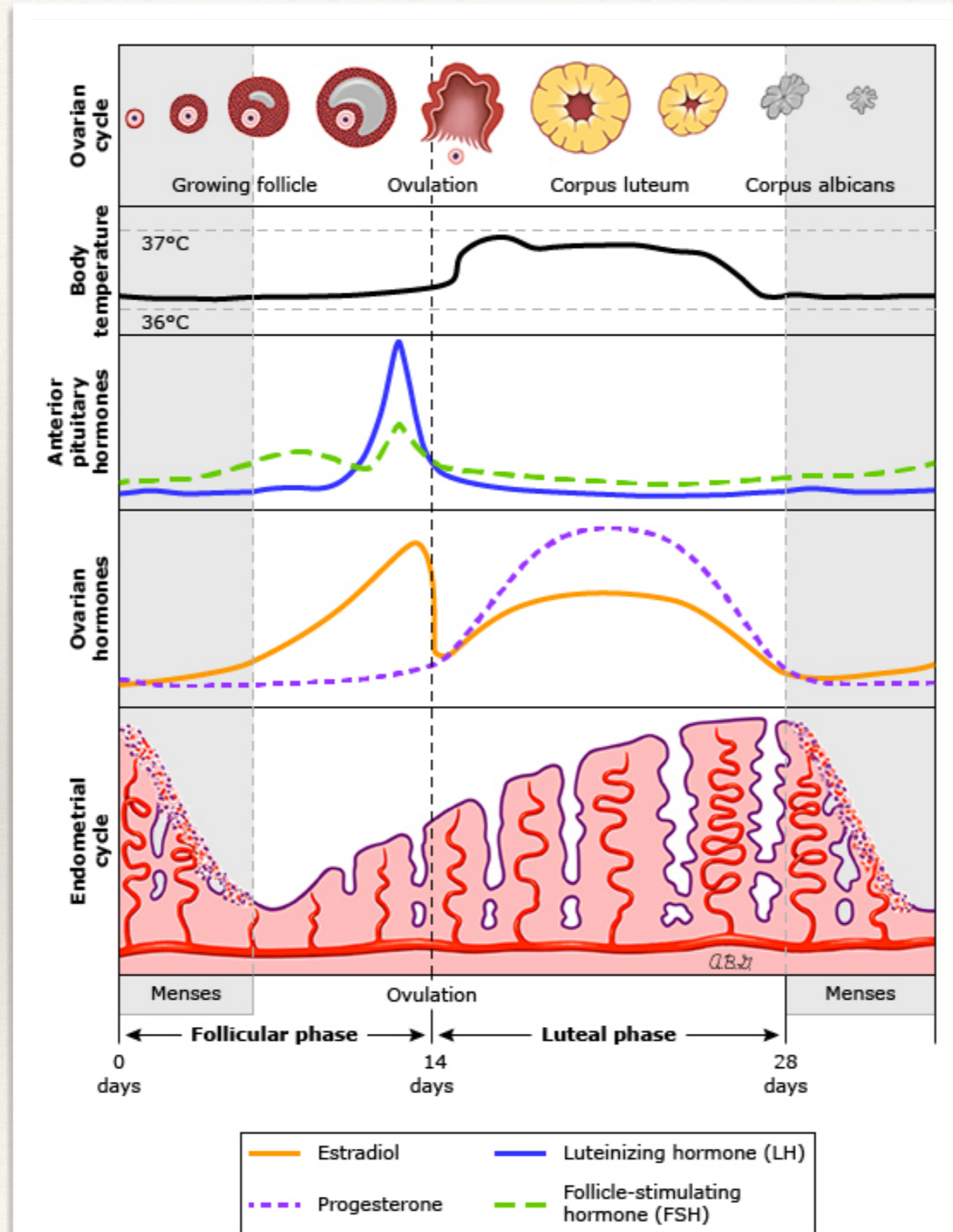
Content

- 正常的月經週期
 - 月經週期療法概述
- 基礎體溫測量與判讀
- 經間期概論
- 經間期出血

Content

- 正常的月經週期
 - 月經週期療法概述
- 基礎體溫測量與判讀
- 經間期概論
- 經間期出血

正常的月經週期變化



Content

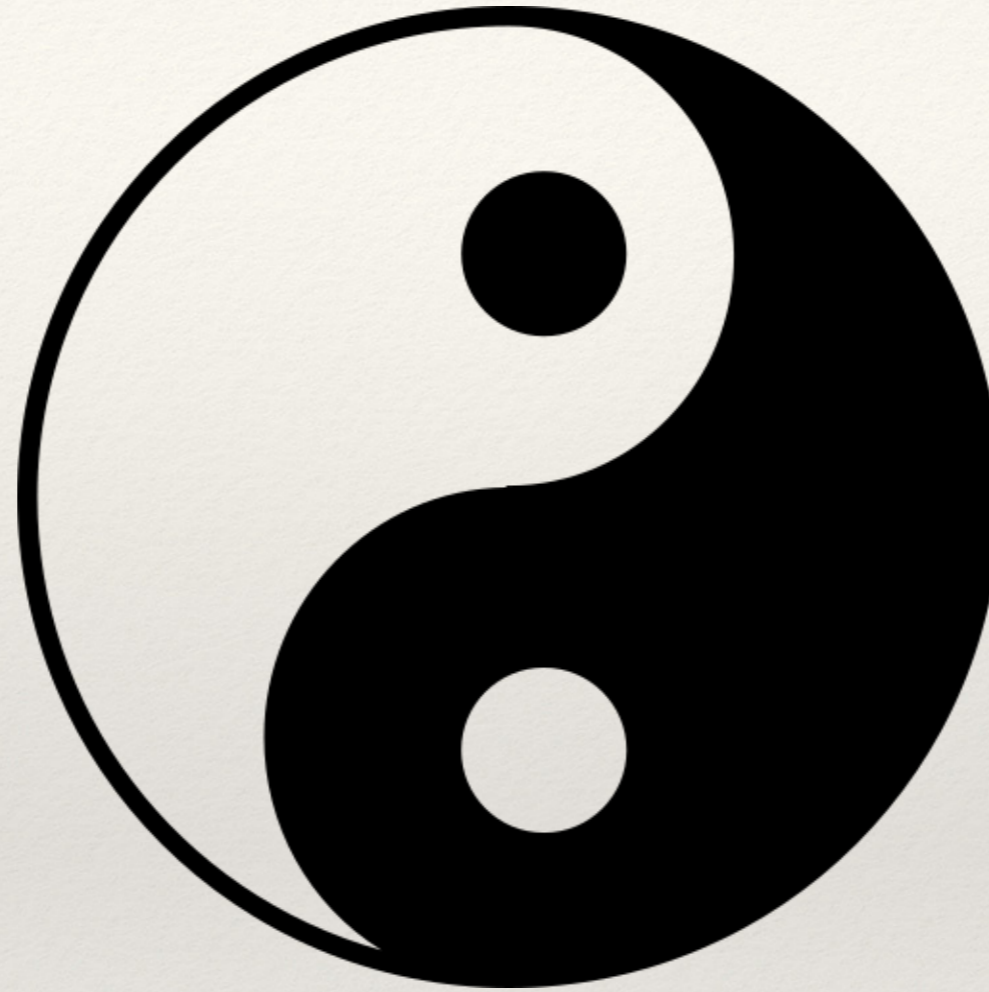
- 正常的月經週期
 - 月經週期療法概述
- 基礎體溫測量與判讀
- 經間期概論
- 經間期出血

月經週期療法

行經期

經前期

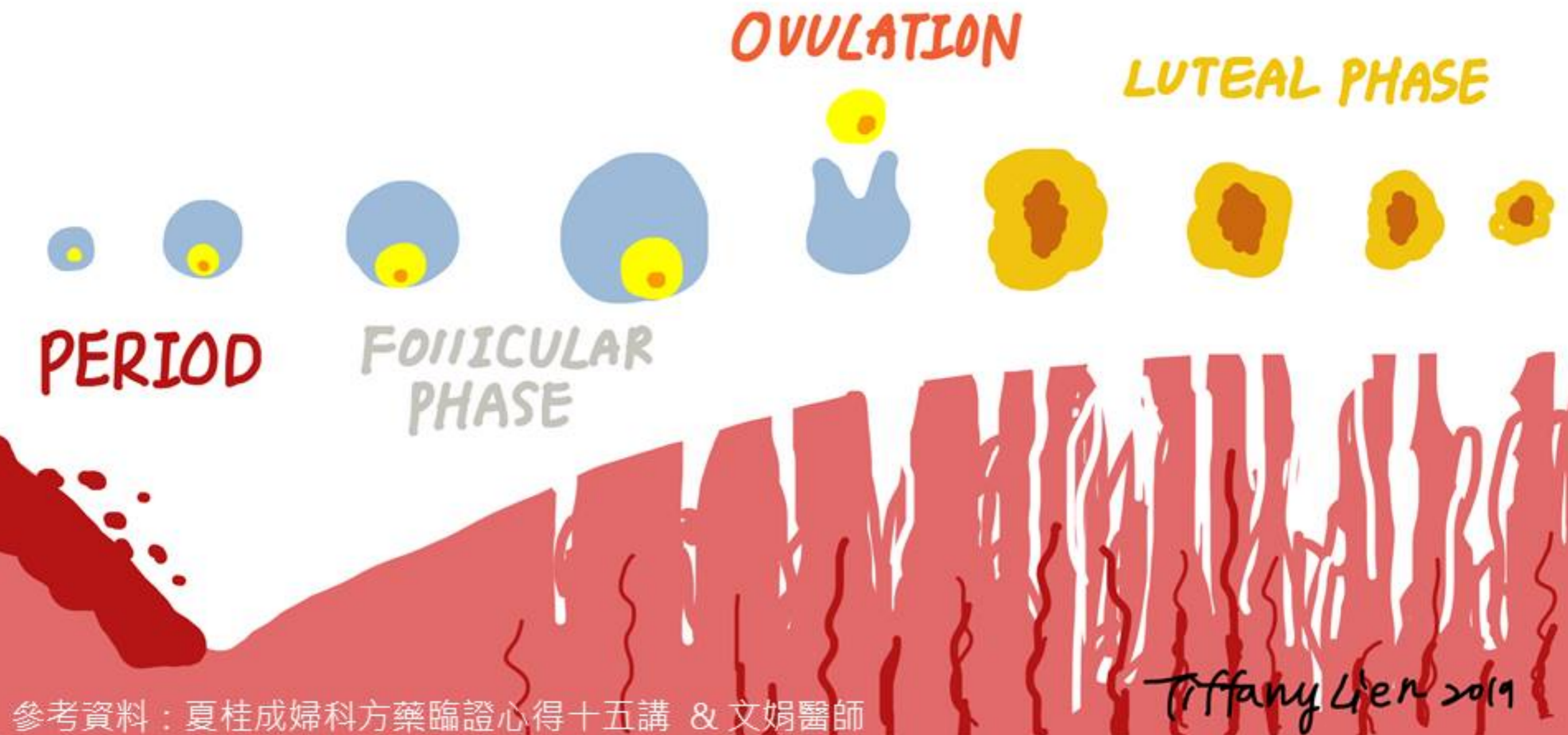
經後期



經間期
(排卵期)

什麼時候要用月經週期療法？

Ans: 無排卵、月經不規則、不孕



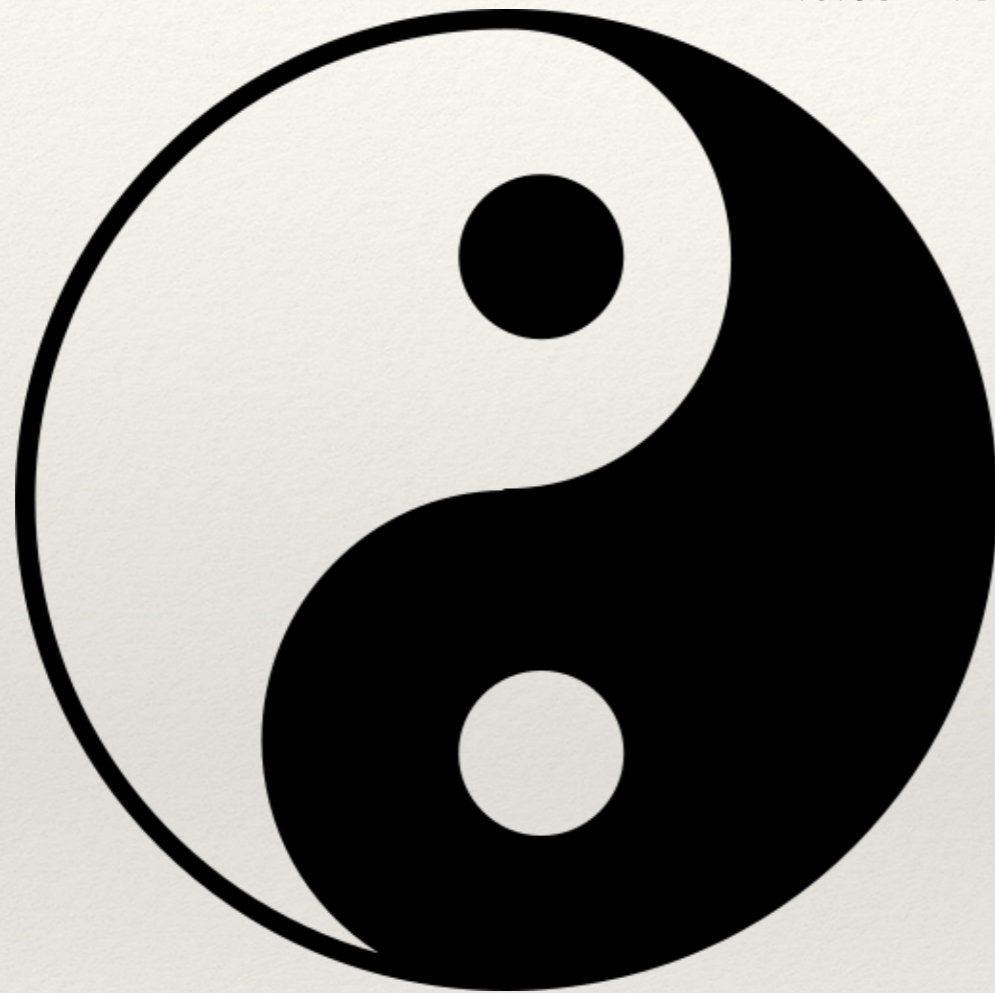
月經週期療法

行經期

★活血調經→使月經正常來潮（以通為補）

藥物：丹參、赤芍、五零脂、艾葉、益母草

經前期

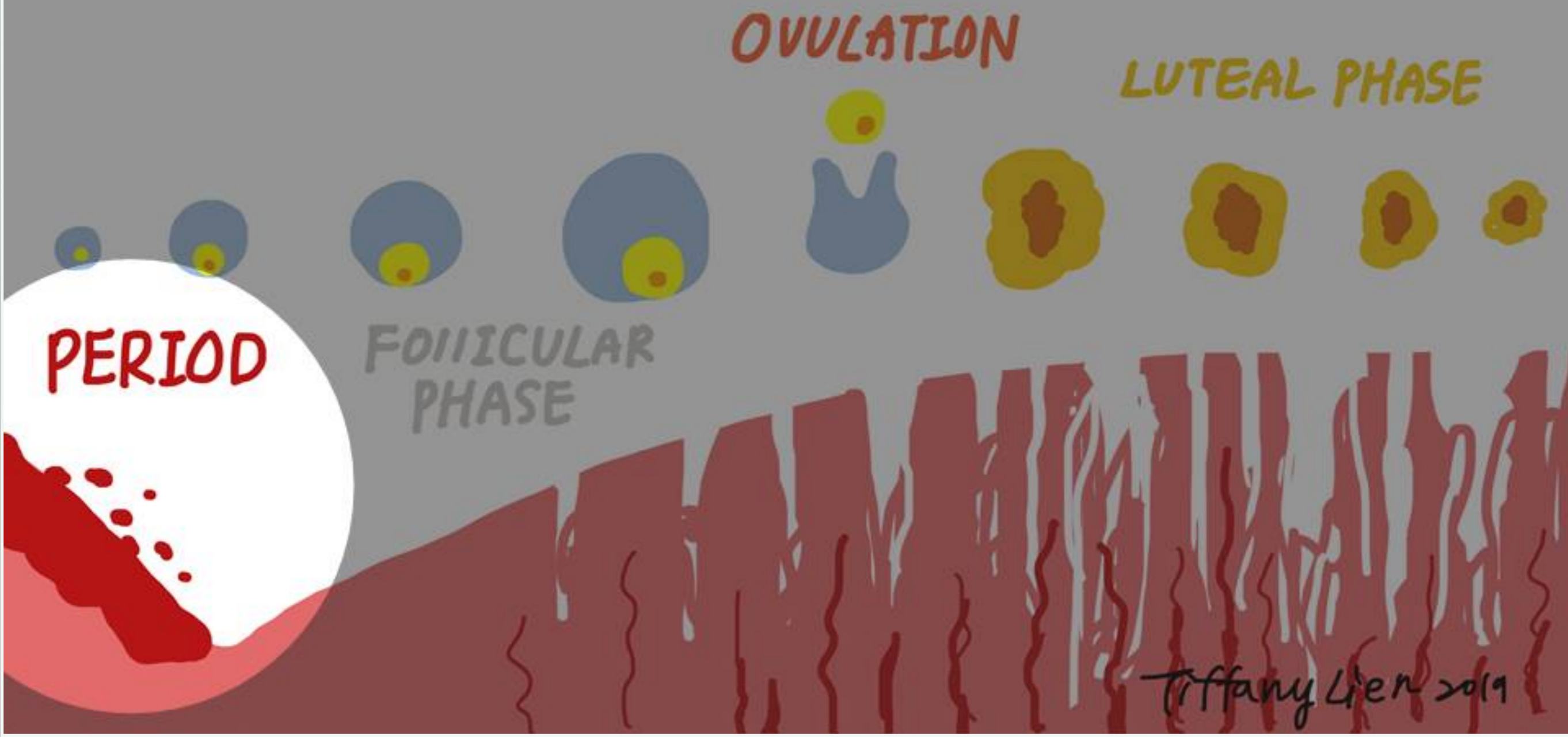


經後期

經間期
(排卵期)

行經期 // 活血祛瘀

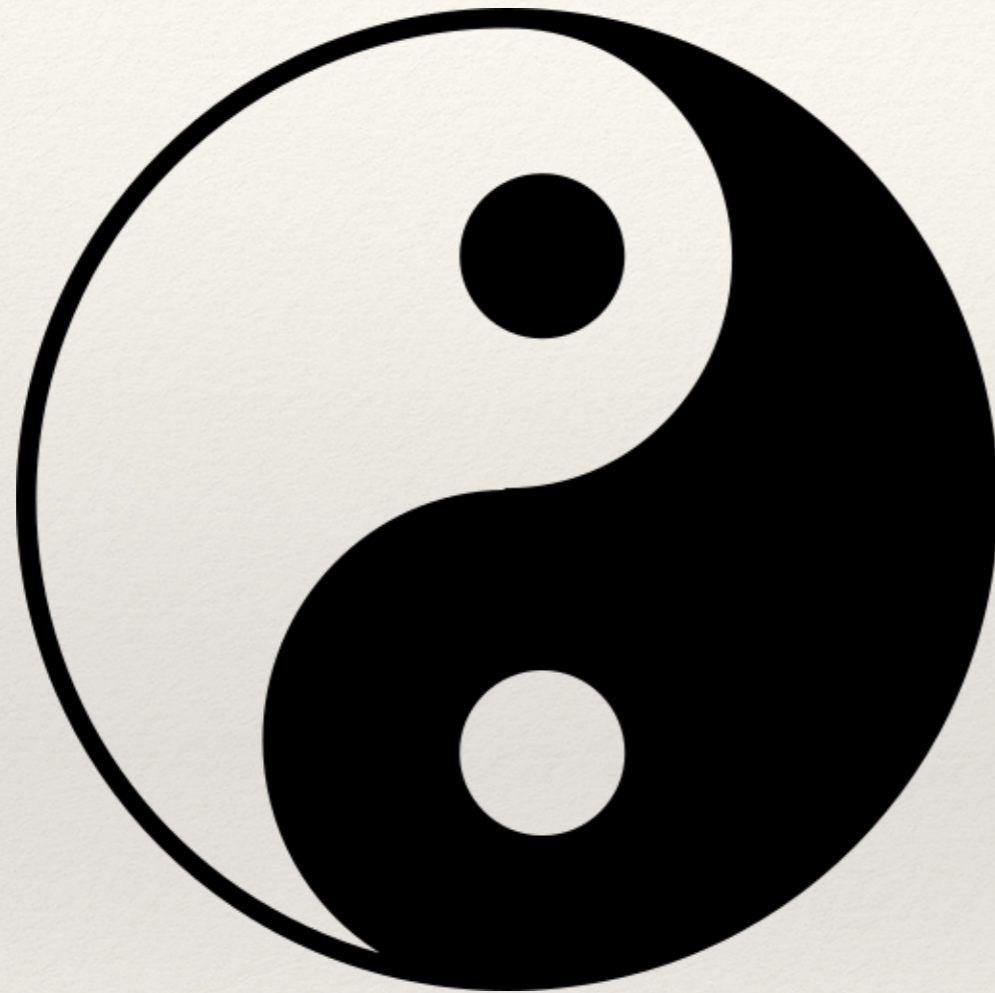
行經期是月經週期中**重陽轉陰**的階段，需透過經血下泄才能完成
故行經期應活血祛瘀，排除應泄之經血、去舊生新



月經週期療法

行經期

經前期



經間期
(排卵期)

經後期

經後初期 ★養血滋陰

◇歸芍地黃湯

炒當歸、白芍、山藥、山茱萸、熟地黃、牡丹皮、茯苓、澤瀉、川續斷、桑寄生、懷牛膝

經後中期 ★養血滋陰，佐以助陽

◇滋腎生肝飲 + 菟蓉散

丹參、赤芍、白芍、山藥、山茱萸、牡丹皮、茯苓、熟地黃、續斷、菟絲子、肉蓯蓉、澤瀉

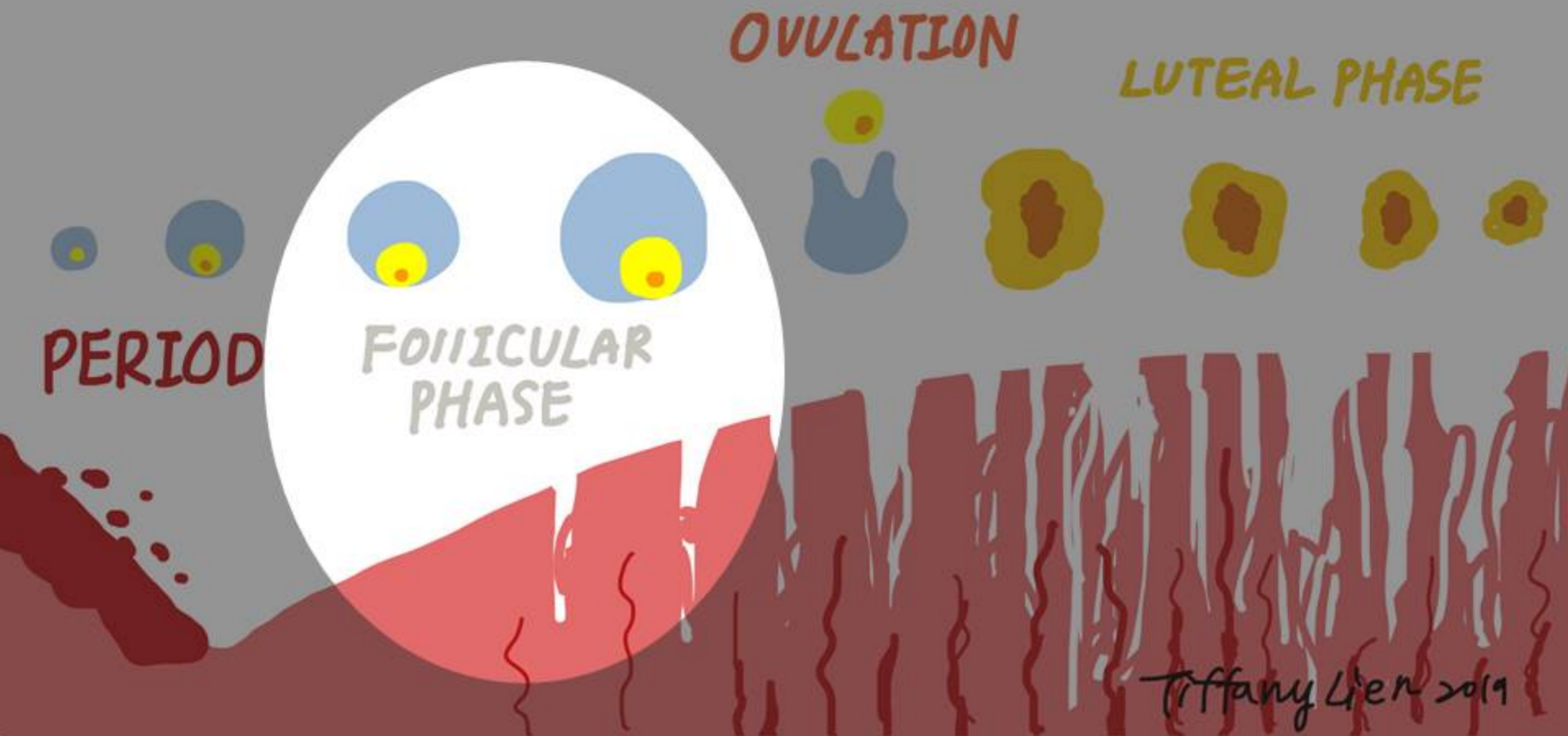
經後末期 ★滋陰助陽，陰陽並重

◇補天種玉丹

丹參、赤芍、白芍、山茱萸、山藥、熟地黃、牡丹皮、茯苓、續斷、菟絲子、懷牛膝、杜仲、五靈脂、枸杞子、五味子、覆盆子、巴戟天

月經後期 // 滋陰養血

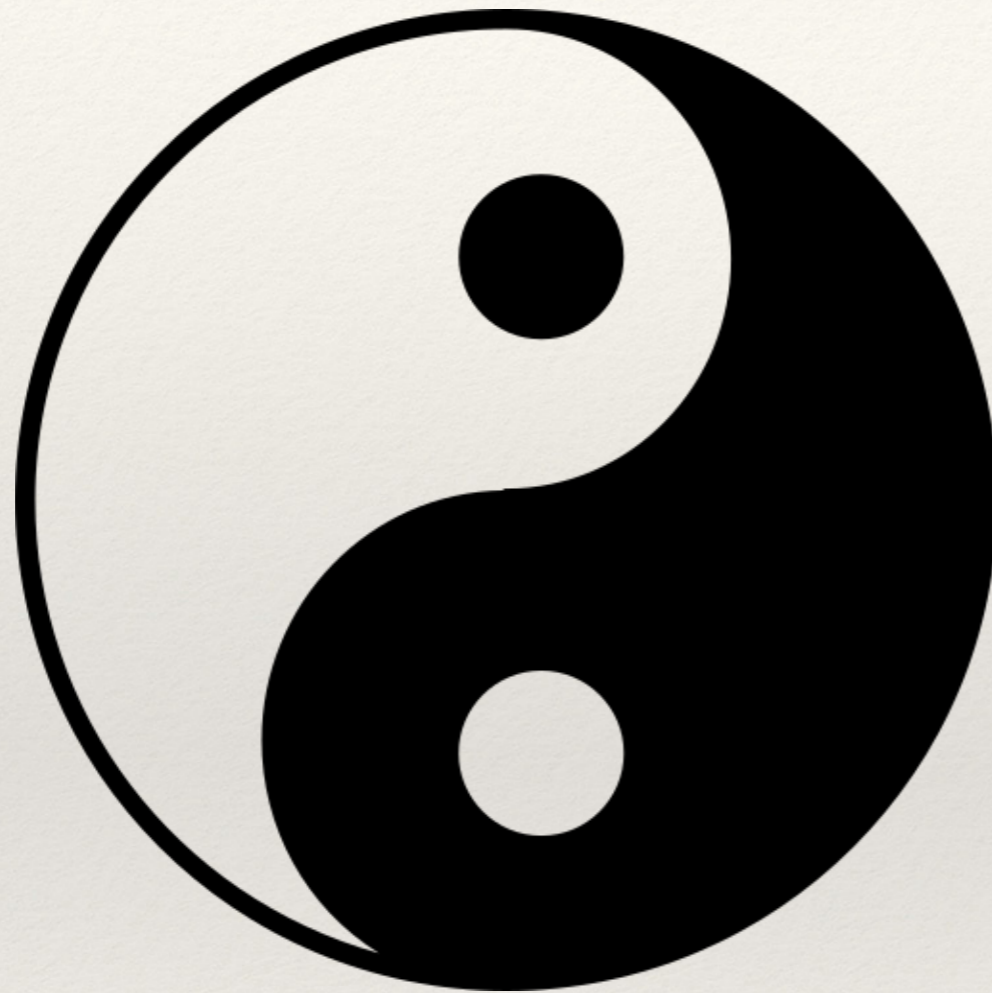
月經後期以**滋陰**為主，滋養精卵、充盈血海，把陰血修復回來
陰屬靜態，故需加一點助陽的藥物幫助陰長、推動陰血



月經週期療法

行經期

經前期



經後期

經間期
(排卵期)

★補陰外，尚加補陽之品

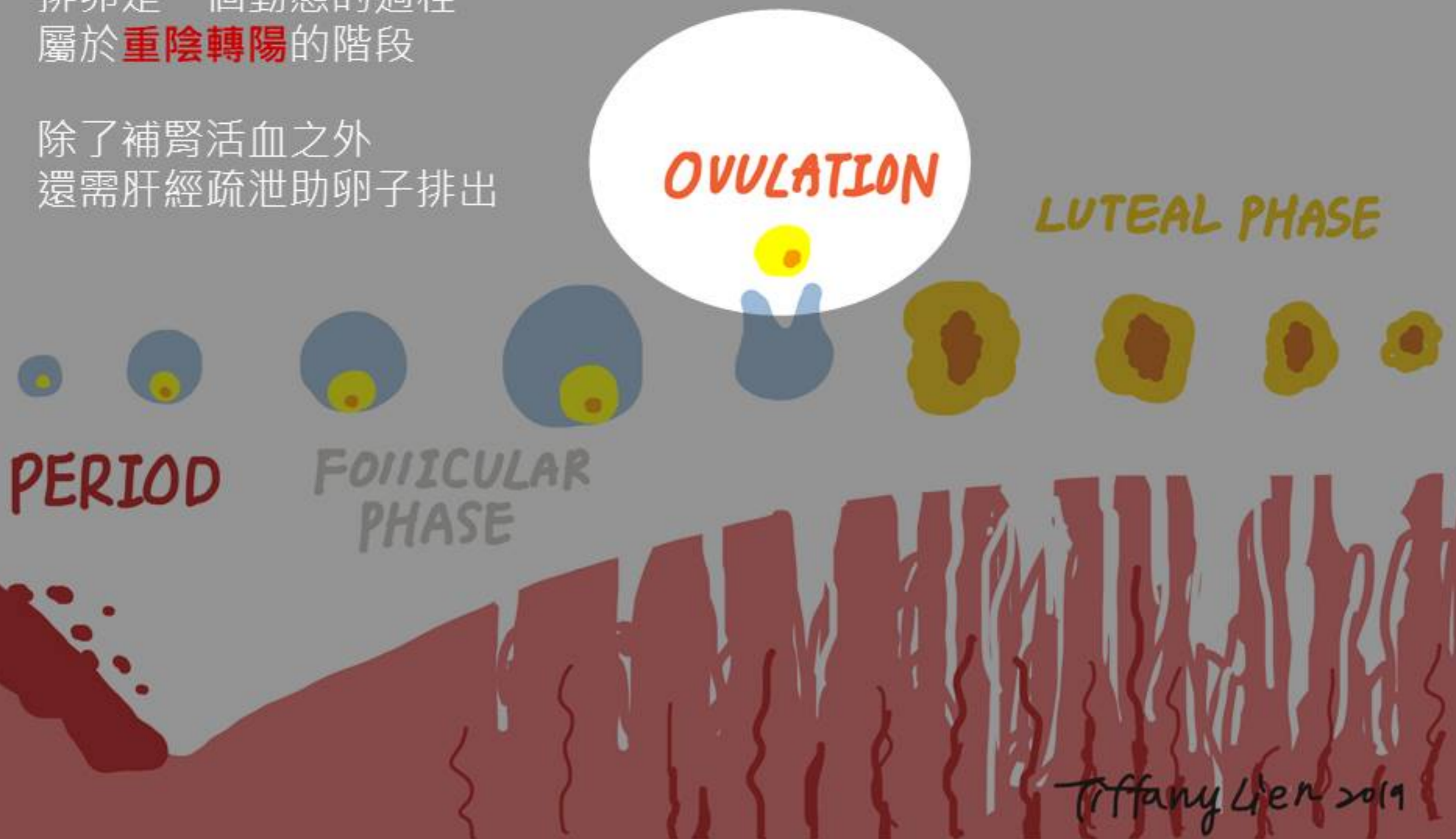
◇補腎助排卵湯

當歸、赤芍、白芍、山藥、山
茱萸、熟地黃、牡丹皮、茯
苓、續斷、菟絲子、紫石英(鹿
角片)、五靈脂、紅花

排卵期 // 補腎活血 促轉化

排卵是一個動態的過程
屬於**重陰轉陽**的階段

除了補腎活血之外
還需肝經疏泄助卵子排出



月經週期療法

經前後半期

經前期

經前期

★補腎助陽，健全黃體功能

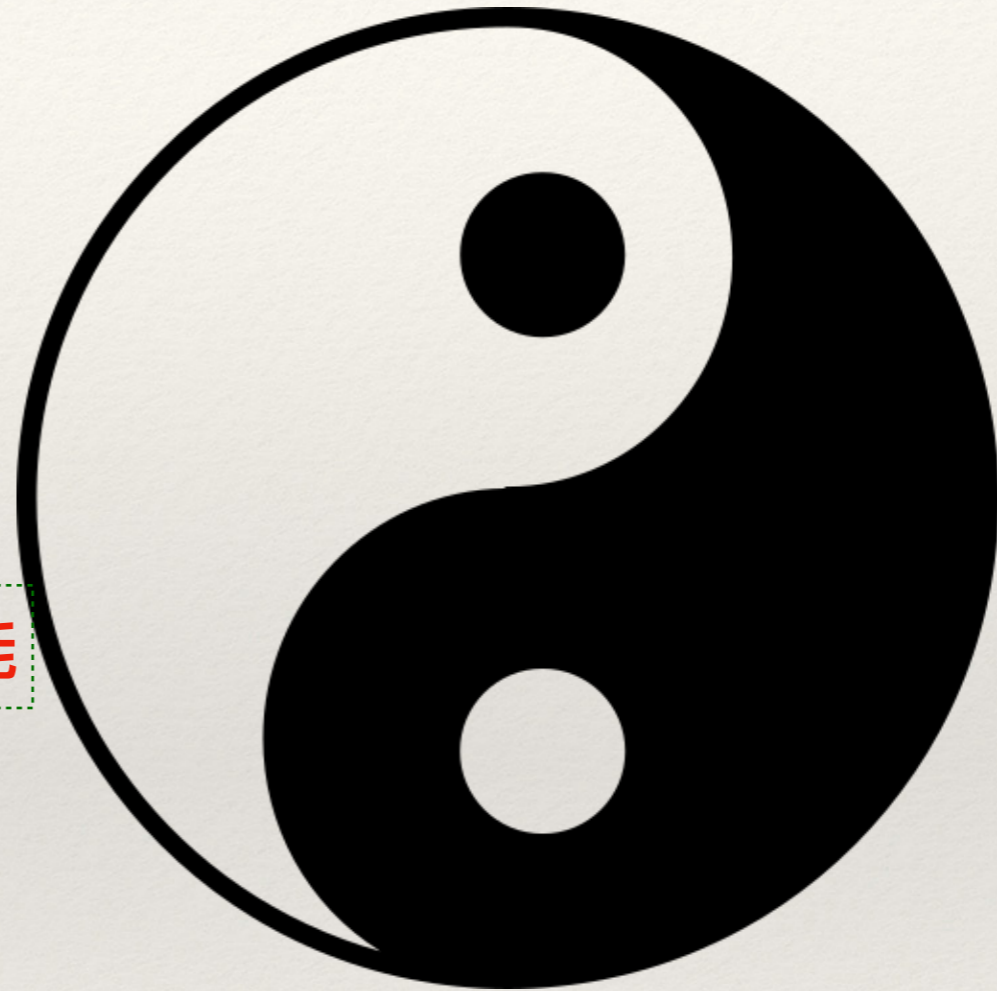
◇毓麟珠加減

炒當歸、赤芍、白芍、山藥、
熟地黃、茯苓、白朮續斷、牡
丹皮、菟絲子、紫石英、枸杞
子

行經期

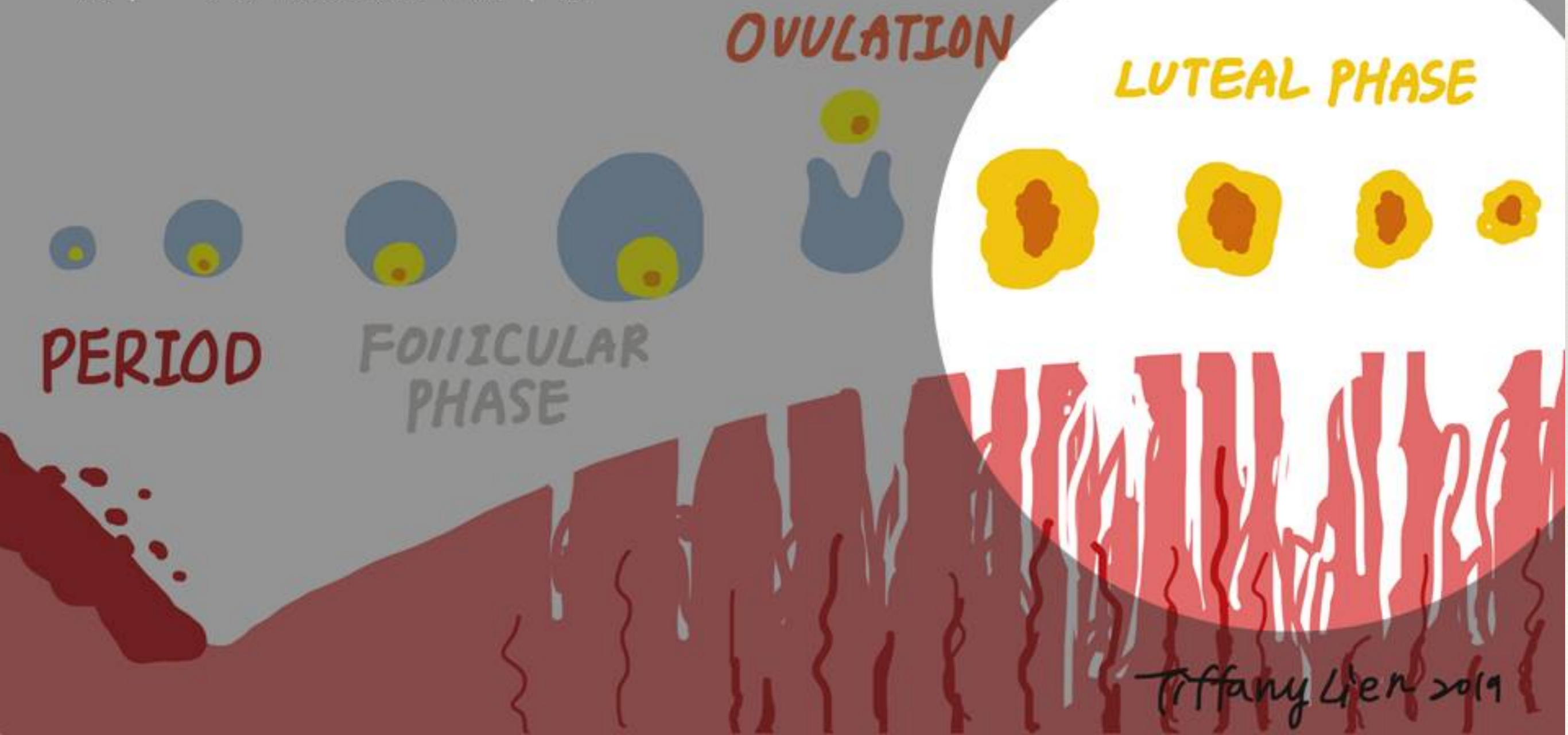
經後期

經間期
(排卵期)



月經前期 // 補腎助陽 陰陽雙補

月經前期屬於**陽長**的階段
目的在於溫煦子宮為懷孕或排泄月經做準備
並溫化前面重陰時帶來的瘀濁水濕
為下一個月經週期重新準備



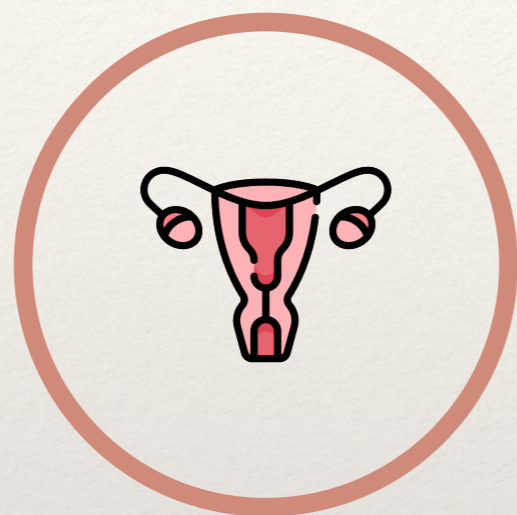
Content

- 正常的月經週期
 - 月經週期療法概述
- 基礎體溫測量與判讀
- 經間期概論
- 經間期出血

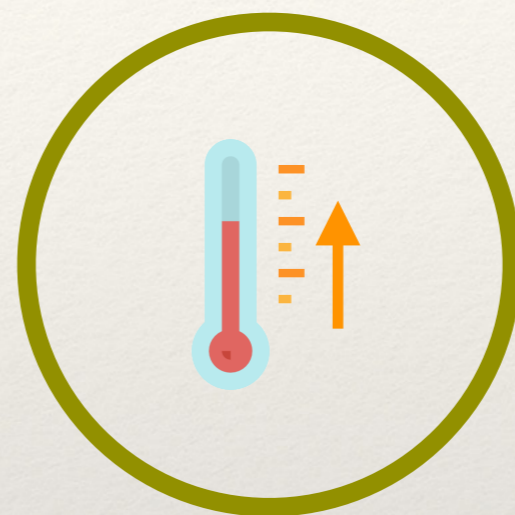
基礎體溫原理



腦部刺激排卵



黃體素分泌



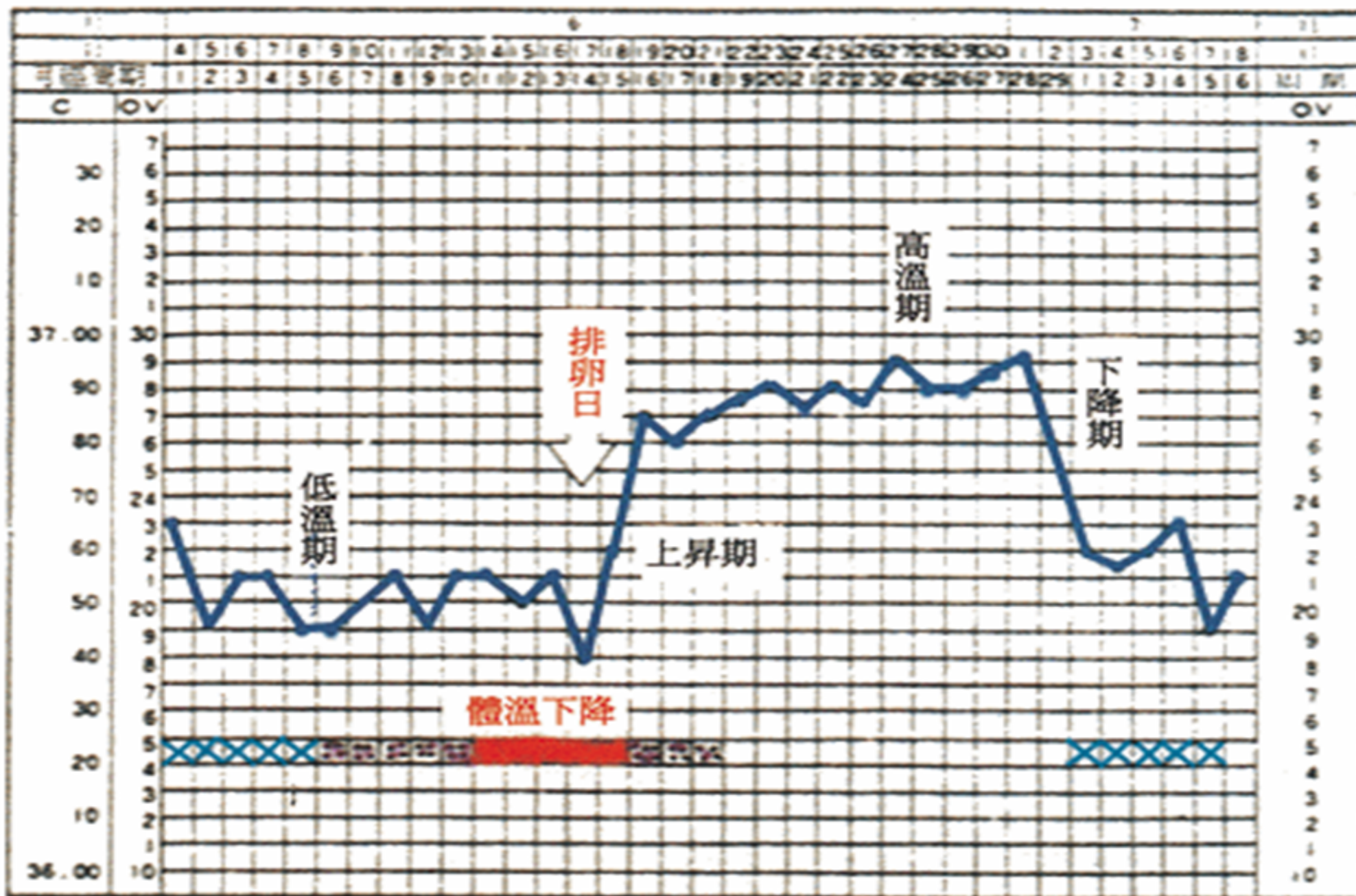
體溫上升



每日比較

正常基礎體溫表

正常基礎體溫曲線



☒ 月經

⦿ 易懷孕期

■ 最易懷孕期

□ 安全期

基礎體溫 — 準備工具



基礎體溫計
(非一般耳溫槍)



記錄基礎體溫
之表格或APP

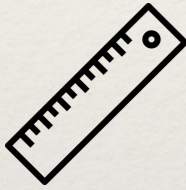


不會太吵的鬧鐘

基礎體溫－測量 & 判讀方法



- * 每日晨起，**尚未**下床活動前，就必須測量
- * 須有連續6-8小時的睡眠
- * 將基礎體溫計放入**舌下**含緊，約3-5分鐘後拿出並讀取刻度

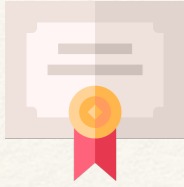


- * 基礎體溫的單位為：O.V (1 O.V= 0.05°C)
- * 須不間斷測量，若有特殊事件（發燒、腹瀉、同房、行經期）須記載於備註欄
- * 若忘記測量，則當日就空白



- * 好的排卵，排卵後的體溫會**高於**排卵前**0.3-0.5°C**
- * 則排卵前即稱低溫期；排卵後稱高溫期
- * 而**排卵日**就落在體溫持續上升前的低溫那天

理想狀態的基礎體溫



- * 三天內，上升 $0.3-0.5^{\circ}\text{C}$ ，且維持12-14天以上
- * 溫度穩定，少鋸齒狀
- * 若高溫期待到第16天，就可以請患者晨起時驗孕



- * 高溫期並非絕對，而是相對。只要有高於 $0.3-0.5^{\circ}\text{C}$ 即可
- * 排卵試紙只能參考，準確度並沒有像驗孕試紙一樣高

Content

- 正常的月經週期
 - 月經週期療法概述
- 基礎體溫測量與判讀
- 經間期概論
- 經間期出血

經間排卵期－生理特點



《女科準繩》：「天地生物必有絪縕之時，萬物化生，必有樂育之時
凡婦人一月經行一度，必有一月**絪縕**之候
於一時晨間，此的候也，順而施之則成胎矣。」



- 絪縕期 = 排卵期
→ 兩次月經之間，即絪縕之時

經間排卵期－生理特點

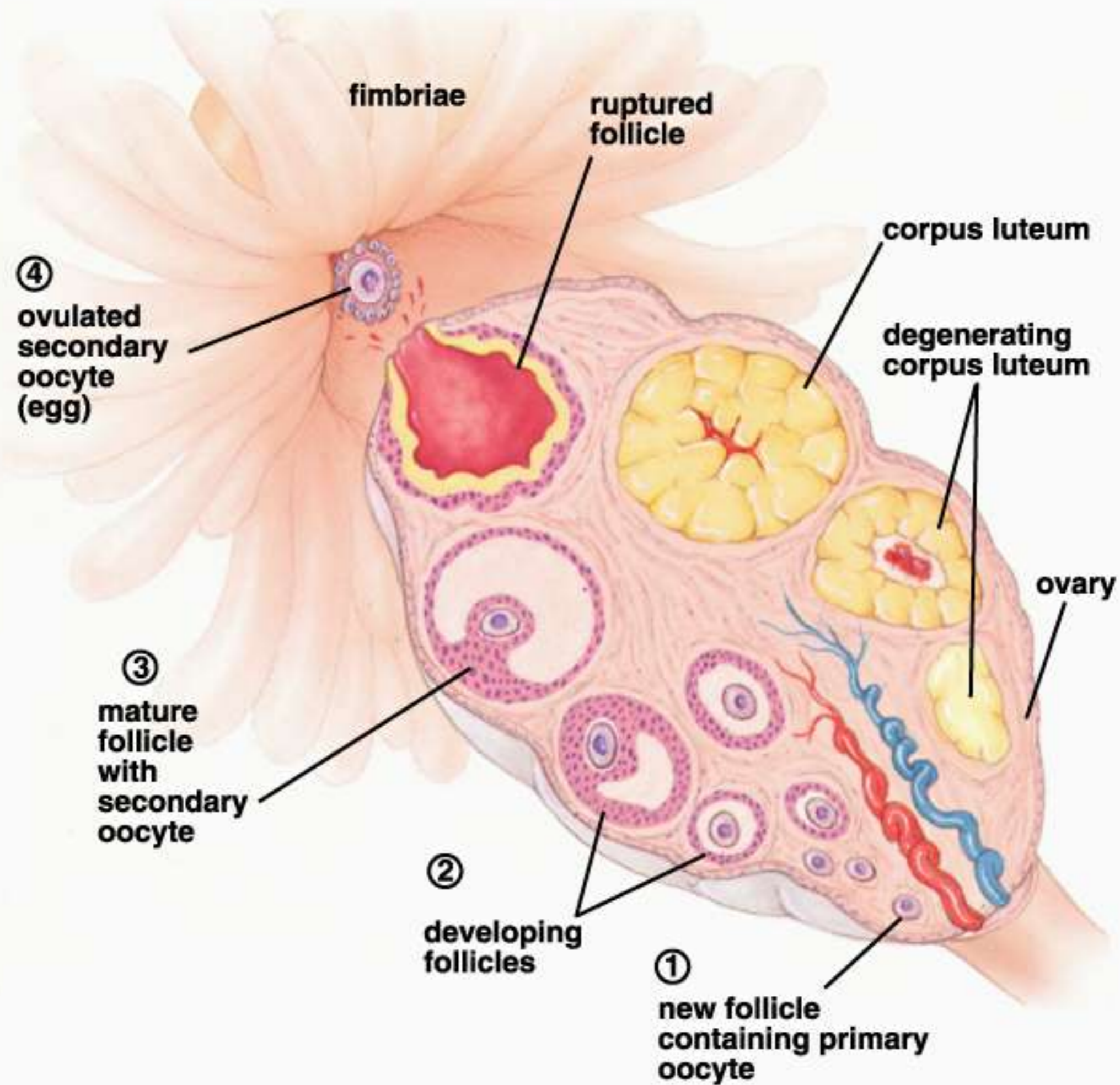
動靜結合，以動為主

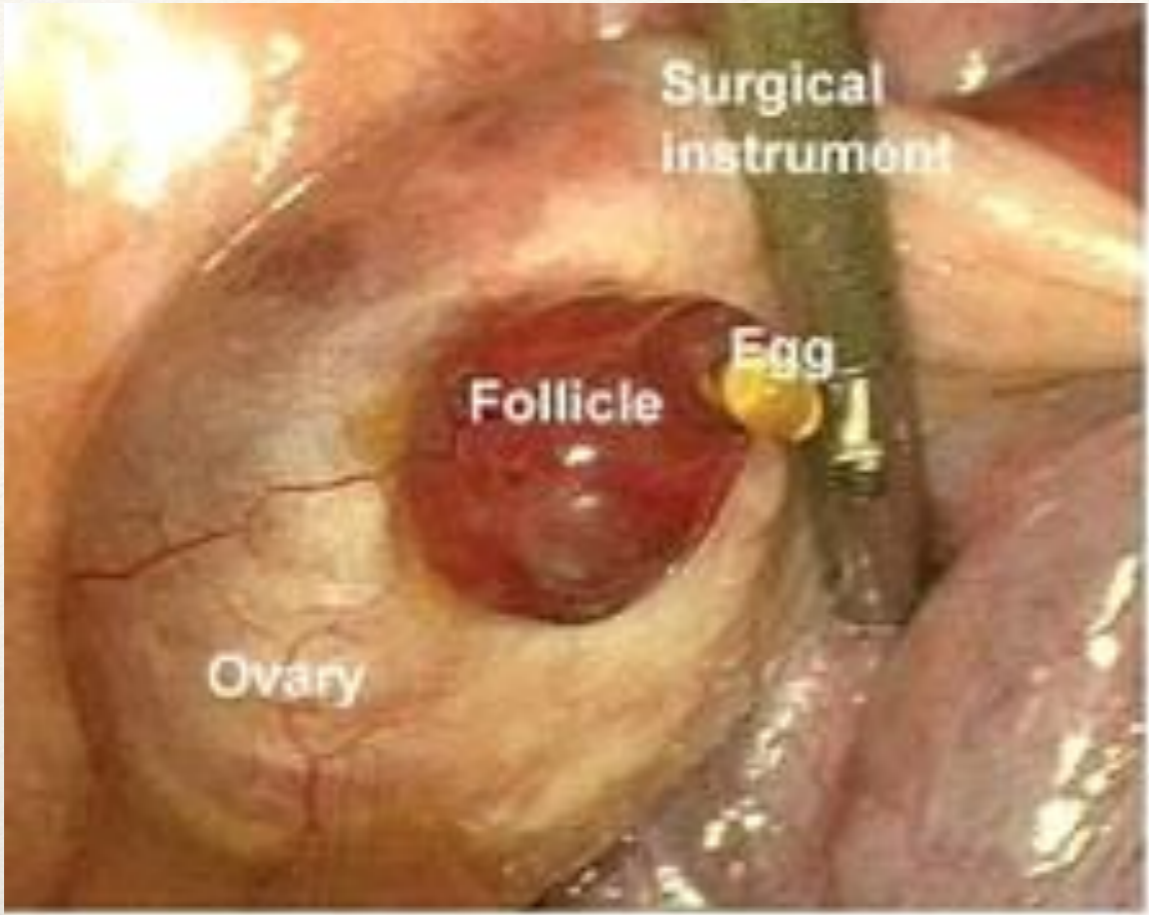
- 1) 心腦活動：心-腎-子宮生殖軸 / 下視丘-腦下垂體-卵巢軸
- 2) 衝任厥少的活動
→ 卵在心腦指令下排出，其游移活動需衝任厥少經絡的支持幫助
- 3) 卵子自身的活動

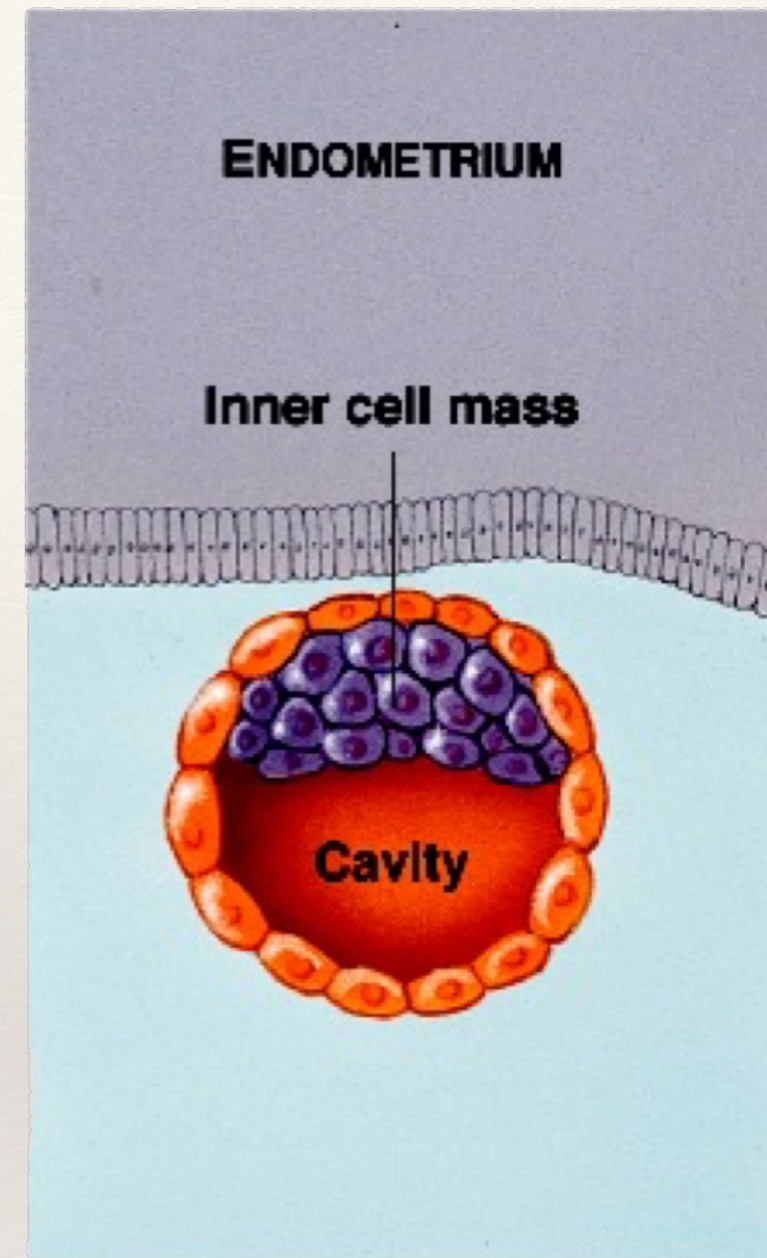
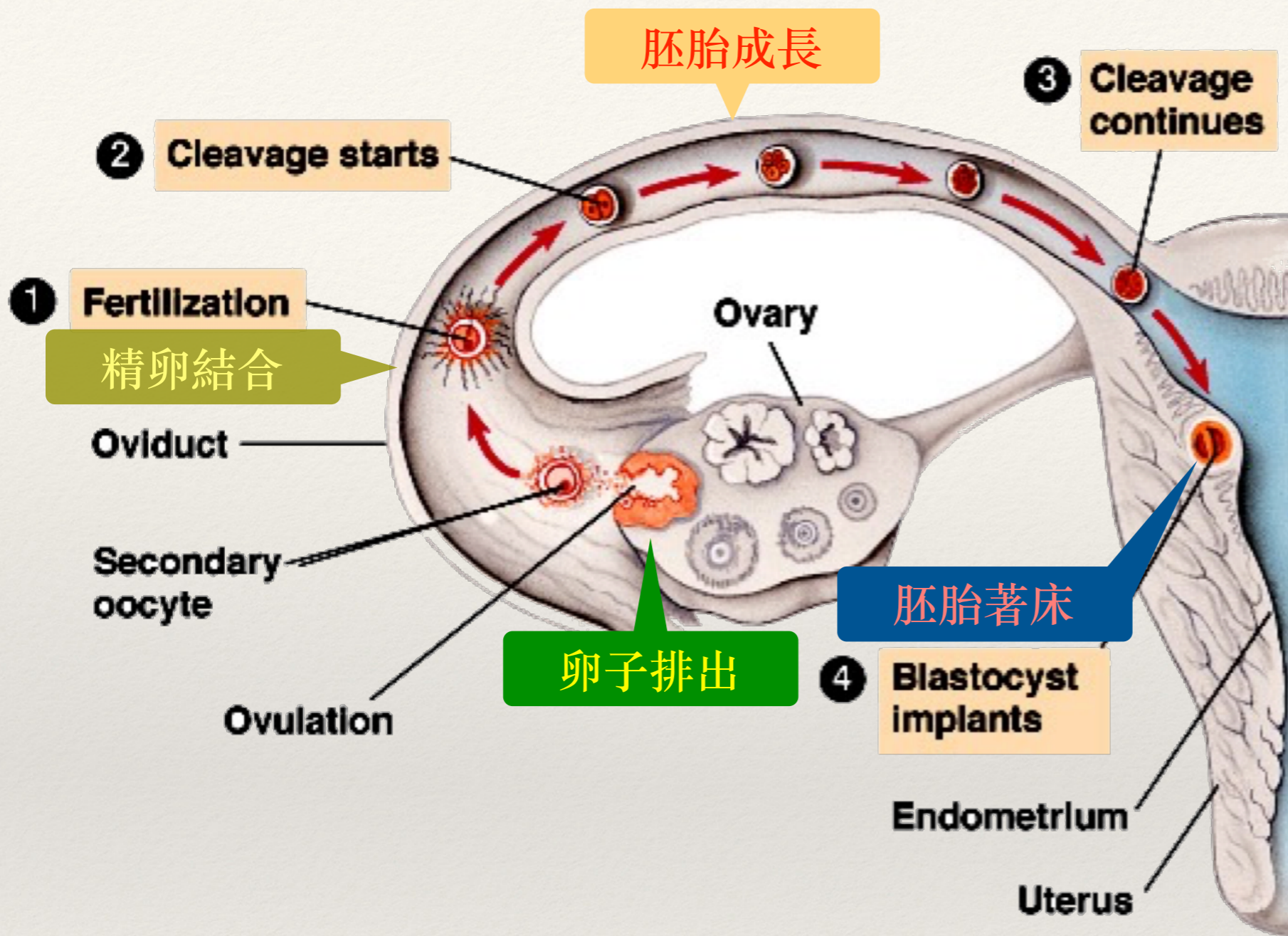
升降結合，以升為主（氣血活動呈上升性）

- 1) 重陰必陽
- 2) 必陽主升
→ 排卵後持續的高溫相

瀉藏開闔，以開瀉為主







(a) From ovulation to implantation

(b) Blastocyst (6 days after conception)

「經間期治療重在促排卵。」

活血補腎，重在出新

氣血活動欠佳

- ❖ 氣血活動是重點→活血通絡
 - 卵子從卵巢表面突破時，需要氣血活動
 - 卵子排出後，依賴氣血活動，以備孕卵種植於子宮
- ❖ 治療與用藥思路：卵巢屬肝 + 氣血活動偏上升 + 重陰
- ❖ 加減排卵湯
 - ❖ 組成：當歸、赤白芍、川芎、五靈脂、澤蘭、續斷、紅花
 - ❖ 加減：
 - ❖ 腹脹便溏者：(-) 當歸 (+) 丹參、木香、茯苓
 - ❖ 氣血活動呈上升性：(+) 荊芥

活血補腎，重在出新

腎陰陽失衡

- ❖ 重陰不足或陽亦較差→轉化不利，排卵不良
(腎陰陽均有所不足、陽虛、脾腎不足)
- ❖ 補腎促排卵湯 (腎虛陰陽均不足)
 - ❖ 組成：當歸、赤白芍、山藥、熟地、牡丹皮、茯苓、續斷、菟絲子、鹿角霜、山茱萸、五靈脂
 - ❖ 經驗：
 - 鹿角霜對提高基礎體溫的高溫相有幫助
 - 臨床上有錦絲狀帶下或超音波下卵泡趨於成熟，但高溫相上升不快，或上升不高，或不易上升者，就可建議使用
 - ❖ 加減：
 - 脾胃較差：(-) 當歸 (+) 丹參
 - 上熱下寒：(-) 鹿角霜 (+) 紫石英

活血補腎，重在出新

腎陰陽失衡

- ❖ 益腎通經湯（腎陰偏虛，或陰虛火旺）
 - ❖ 組成：柏子仁、生熟地、丹參、續斷、澤蘭、川牛膝、赤白芍、生茜草、五靈脂、鱉甲
 - ❖ 加減：
 - 心肝氣鬱：（+）合歡皮、鬱金

活血補腎，重在出新

腎陰陽失衡

- ❖ 健脾補腎促排卵湯（脾腎不足，偏於陽虛）
 - ❖ 組成：黨參、蒼白朮、木香、五靈脂、杜仲、赤白芍
 - ❖ 加減：
 - 腹脹腹痛，腹痛則欲便：（+）防風、山楂
 - 腸鳴漉漉，小腹有冷感：（+）炮姜、補骨脂
 - 胸悶煩躁，乳房脹痛，夜眠差：（+）鉤藤、鬱金
 - 腰酸尿頻，形寒畏冷：（+）仙靈脾、狗脊、鹿角霜

四大兼症的處理

痰脂

❖ 兼症照顧

- 痰脂者，常以肥胖為特徵
- 在上述的治療（活血補腎）中，加入越鞠丸或越鞠二陳湯

❖ 急則治標，先從痰脂論治

- 朱丹溪：「脂膜壅塞胞宮」
- 痰脂偏盛，脘腹作脹，肥胖→可先急以化痰燥濕
- 方藥可選用：蒼附導痰湯、啟宮丸、芎歸平胃丸
- 注意：亦不能忽略重陰與氤氳狀活動→（+）五靈脂、赤芍、續斷、荊芥等

四大兼症的處理

痰脂

❖ 從主因論治

- 痰脂之所以形成，在於「腎虛肝鬱」，並與脾胃有一定的關係
- 可加入防己黃耆湯

❖ 痰脂結為癥瘕

- 經間排卵期或行經期，可加入桂枝茯苓丸、防風通聖散

四大兼症的處理

濕濁

❖ 兼症照顧

- 在上述的治療（活血補腎）中，加入蒼白朮、薏苡仁、陳皮、車前子、澤瀉
- 偏濕熱者，可加黃柏、馬鞭草

❖ 急則治標

- 濕濁偏盛，經間期陰癢、出血、腹痛
- 紅藤敗醬散 + 四妙丸

四大兼症的處理

氣鬱

❖ 心鬱

- 胞脈胞絡上屬於心，心氣下降，胞脈胞絡才得通暢
- 遠志菖蒲飲（舒解心鬱，促發排卵）
 - 組成：遠志、石菖蒲、丹參、赤白芍、合歡皮、鬱金、茯神、川芎、續斷、荊芥

❖ 肝鬱

- 加減柴胡疏肝飲（疏肝解鬱）

四大兼症的處理

血瘀

❖ 單純血瘀

- 加重排卵湯的藥物劑量，或增加活血通絡的藥物

❖ 濕性瘀阻（盆腔沾粘）

- 紅藤敗醬湯 + 利濕通絡或健脾助陽

❖ 乾性瘀阻（盆腔附近組織化）

- 大黃蟪蟲丸

Content

- 正常的月經週期
 - 月經週期療法概述
- 基礎體溫測量與判讀
- 經間期概論
- 經間期出血

若網縊之時，有週期性出血者，
則稱之為「經間期出血」或「排卵期出血」

為什麼會經間期出血？

兼夾因素

鬱火

濕熱

血瘀

陰虛火旺

腎陰虛，相火旺→迫血妄行，擾亂子宮衝任之固藏

腎陰虧虛

腎陰不足，癸水欠實，無法達到重陰的水平

陰水不足，滋養子宮衝任的能力不足
胞絡失養→脈管血絡脆性化

陽虛陰弱

陰不足→轉化時氤氳狀氣血活動增強

陽氣弱→子宮衝任固藏功能減弱

經間期出血

病因

治則

兼夾因素

鬱火

濕熱

血瘀

陰虛火旺

腎陰虛，相火旺→迫血妄行，擾亂子宮衝任之固藏

腎陰
虧虛

- 症狀：經間前/中期出血，量少或稍多，色紅無血塊，頭昏腰痠，夜寐不安，便艱尿黃舌質偏紅，脈弦數
- 治則：**滋陰補腎，清熱止血**
- 方藥：**二至丸+六味地黃丸**加減
 - ★ 經間期重陰轉陽，當陰中求陽
 - (+) 續斷、菟絲子
 - (+) 荊芥炭：升陽活血止瀉
 - (+) 五靈脂：化殘剩之瘀

陽虛陰弱

陽氣弱→子宮衝任固藏功能減弱

經間期出血

病因

治則

兼夾因素

鬱火

濕熱

血瘀

陰虛火旺

腎陰
虧虛

陽虛陰弱

- 症狀：經間期出血，量稍多，色紅
或有小血塊，頭昏腰痠，煩熱口乾，夜寐差
或有失眠，盜汗，舌紅苔黃膩，脈細數
- 治則：滋陰降火，清熱止血
- 方藥：知柏地黃丸加減

腎陰不足，癸水欠實，無法達到重陰的水平

陰水不足，滋養子宮衝任的能力不足
胞絡失養→脈管血絡脆性化

陰不足→轉化時氤氳狀氣血活動增強

陽氣弱→子宮衝任固藏功能減弱

經間期出血

病因

治則

兼夾因素

鬱火

濕熱

血瘀

陰虛火旺

腎陰虛，相火旺→迫血妄行，擾亂子宮衝任之固藏

腎陰
虧虛

腎陰不足，癸水欠實，無法達到重陰的水平

陰水不足，滋養子宮衝任的能力不足
胞絡失養→脈管血絡脆性化

陽虛陰弱

- 症狀：經間後/中期出血，量少，色淡紅
無血塊，腰痠，神疲乏力，尿頻，大便溏
舌淡紅，苔薄白膩，脈細軟
- 治則：滋陰助陽，益氣攝血
- 方藥：補腎助排卵湯加減

經間期出血

病因

治則

兼夾因素

鬱火

- 症狀：經間前/中期出血，量稍多，色紅
 或有小血塊，胸悶煩熱，頭昏頭痛，身熱口渴，夜寐不佳
 大便秘結，小便黃赤，舌偏紅，苔薄黃，脈弦數
- 治則：清肝解鬱，寧心安神
- 方藥：丹梔逍遙散加減

濕熱

血瘀

腎陰
虧虛

腎陰不足，癸水欠實，無法達到重陰的水平

陰水不足，滋養子宮衝任的能力不足
胞絡失養→脈管血絡脆性化

陽虛陰弱

陰不足→轉化時氤氳狀氣血活動增強

陽氣弱→子宮衝任固藏功能減弱

之固藏

兼夾因素

鬱火

濕熱

血瘀

陰虛火旺

腎陰虛，相火旺→迫血妄行，擾亂子宮衝任之固藏

- 症狀：經間期出血，量稍多，色紅，質黏稠，神疲乏力，周身痠楚胸悶煩躁，納食較差，小便短赤，帶下甚多，色黃白，質黏膩或有臭氣，少腹脹痛，舌偏紅，苔黃白膩厚，脈細弦數
- 治則：**清熱利濕，益腎止血**
- 方藥：**清肝止淋湯**加減

陽虛陰弱

陰不足→轉化時氤氳狀氣血活動增強

陽氣弱→子宮衝任固藏功能減弱

兼夾因素

鬱火

濕熱

血瘀

陰虛火旺

腎陰虛，相火旺→迫血妄行，擾亂子宮衝任之固藏

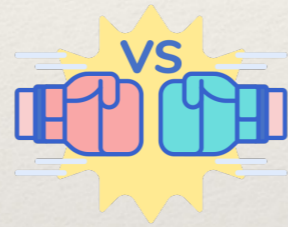
腎陰
虧虛

腎陰不足，癸水欠實，無法達到重陰的水平

陰水不足，滋養子宮衝任的能力不足
胞絡失養→脈管血絡脆性化

- 症狀：經間期出血，量多少不一，色紫黑有血塊，少腹脹痛或刺痛
胸悶煩躁，口渴不欲飲
舌暗紅，邊有紫斑，脈細弦
- 治則：**化瘀和絡，益腎止血**
- 方藥：**逐瘀止血湯**加減

止血？



活血？

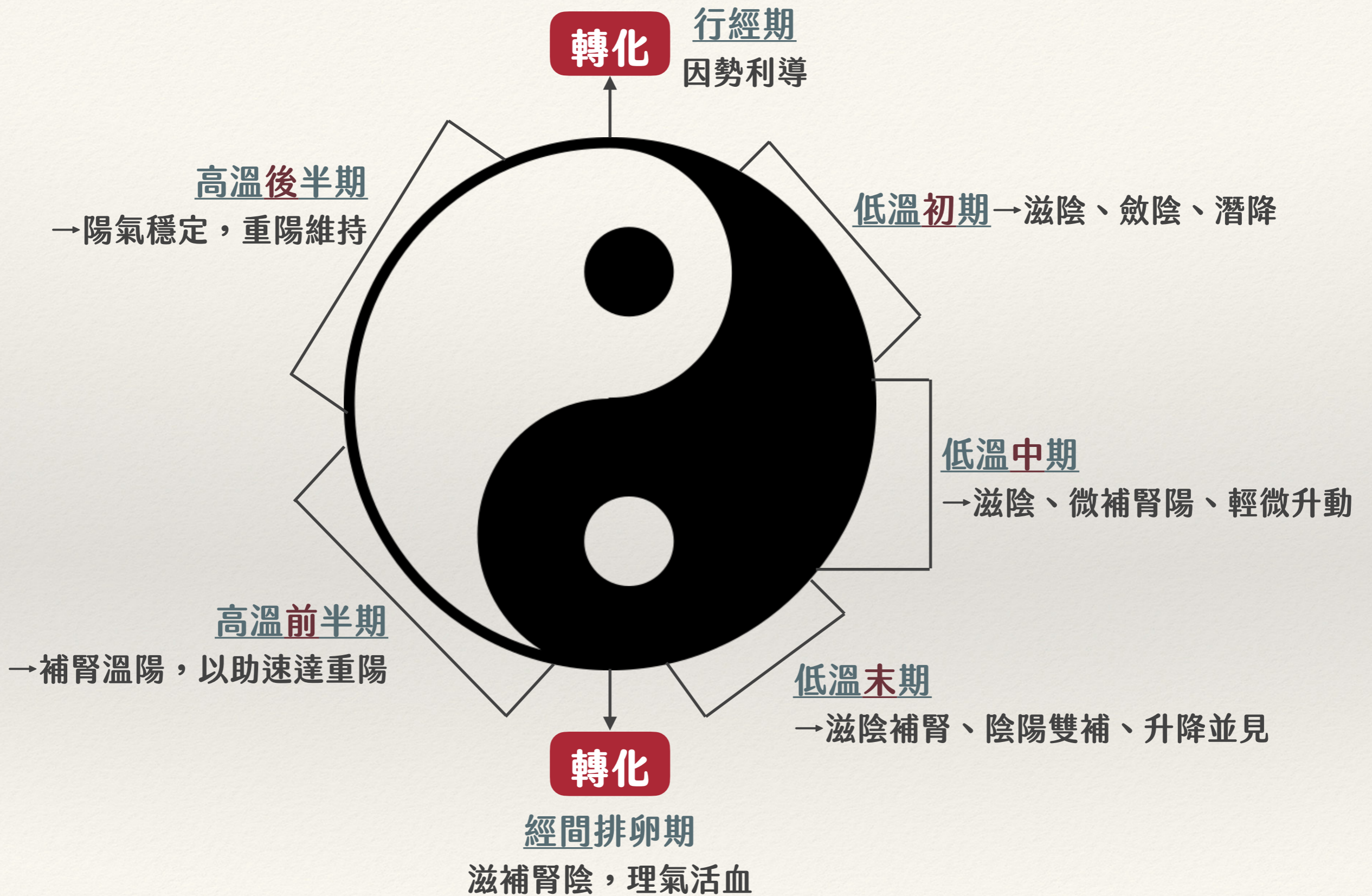
止血不是主要目的

- ❖ 網縕狀的氣血活動是主要的，因此確保氣血運行的順暢，才能保證排卵能順利進行
→經間排卵期：「動」是最重要的！
- ❖ 止血藥大部分屬「靜」→靜者不利於動
 - ❖ 臨床上發現應用過多的止血藥，特別是清熱止血、酸斂止血，雖可使出血停止，但會抑制排卵
 - ❖ 用藥建議
 - ❖ (-) 赤芍、當歸
 - ❖ (+) 三七、炒蒲黃、茜草、旱蓮草

轉化期需提供「動能」

- ❖ 陰轉陽時轉化不順利
- ❖ 治療建議
 - 在月經一乾淨時，酌加一點補腎陽的藥物
 - 加的藥需溫潤一些，避免太剛烈
 - 藥物選擇：菟絲子、鹿角膠、淫羊藿

月經週期七期分類



Thank you for listening!

